Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра спортивных дисциплин и физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая кафедрой спортивных
дисциплин и физического воспитания
_____ С.Н. Ключникова
«11» октября 2021г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для текущего контроля успеваемости и
промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

«ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА И МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»
Предметно-методического модуля

основной профессиональной образовательной программы высшего
образования – программы бакалавриата по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура

направленность (профиль) образовательной программы
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

(заочная форма обучения)

Составитель: Маркин М.О., кандидат
педагогических наук, доцент кафедры
спортивных дисциплин и физического
воспитания

Рассмотрено и утверждено на заседании учёного совета факультета физической культуры
и спорта, протокол от «18» октября 2021г. № 2

Ульяновск, 2021

Фонд оценочных средств по дисциплине «Легкая атлетика и методика преподавания» включает совокупность оценочных средств, предназначенных для измерения уровня достижения студентом установленных результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине, и способов их оценивания при проведении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

Шифр оценочного средства	Формируемые компетенций, индикаторы их формирования	Средства оценивания, используемые для текущего и промежуточного оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины
Оценочные средства для текущего контроля			
ОС-1*	ПК-3. Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. ПК-3.1. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования	**Реферат**	ОР-1 Знать теоретические и методические основы легкой атлетики
ОС-2		**Тестовые задания**	ОР-2 Знать принципы, методы и средства, при проведении занятий по легкой атлетики;
ОС-3 *		**Тестирование физической подготовленности**	ОР-3 оптимизировать учебно-тренировочный процесс организационно-управленческими средствами; ОР-4 свободно владеть техникой легкоатлетических видов - анализировать технику легкоатлетических видов

ОС-4*	технических действий, средствами выразительности. ПК-3.2. Совершенствует свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий. ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке ОПК-3.1. Знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре, науке и образовании. ОПК-3.2. Анализирует возможность использования необходимых средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в обучении и физической	**Творческое задание**	ОР-5 знать методические основы организации и проведения занятий по легкой атлетике ОР-6 Определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования
Оценочные средства для промежуточной аттестации (экзамен)			
ОС-5*	ПК-3. Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство	**Зачет в форме устного собеседования**	ОР-1, ОР-2, ОР-3, ОР-4, ОР-5, ОР-6
ОС-6*		**Экзамен в форме**	ОР-1, ОР-2, ОР-3, ОР-4, ОР-

	в процессе тренировочных занятий, владеть в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности. ПК-3.1. Знает средства и методы совершенствования индивидуального спортивного мастерства; технические особенности вида спорта; особенности проведения тренировок на основе комплекса общеразвивающих упражнений, имитационных упражнений, упражнений для освоения элементов и формирования технических действий, средствами выразительности. ПК-3.2. Совершенствует свое индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий. ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной	**устного собеседования**	5, ОР-6

	деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке ОПК-3.1. Знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре, науке и образовании. ОПК-3.2. Анализирует возможность использования необходимых средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в обучении и физической		

* – оценочное средство представлено в рабочей программе дисциплины

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-2 Тестовые задания

1. Впервые советские легкоатлеты приняли участие в летних Олимпийских играх в …

А) 1948 г. (Лондон, Великобритания)
Б) 1952 г. (Хельсинки, Финляндия)
В) 1956 г. (Мельбурн, Австралия)
Г) 1960 г. (Рим, Италия)

2. Первую золотую медаль на Олимпийских играх среди всех советских спортсменов завоевала метательница диска …

А) Нина Думбадзе
Б) Елизавета Багрянцева
В) Нина Ромашкова (Пономарева)
Г) Тамара Пресс

3. Длина дистанции марафонского бега равна …

А) 32 км 180 м
Б) 40 км 190 м
В) 42 км 195 м
Г) 47 км 195 м

4. Стайерской считается дистанция …

А) 200 м
Б) 1500 м
В) 5000 м
Г) 10000 м

5. Спринтерской считается дистанция …
А) 100 м
Б) 800 м
В) 1500 м
Г) 3000 м
6. Техника бега на средние и длинные дистанции отличается от техники бега на короткие дистанции прежде всего …
А) работой рук
Б) углом отталкивания ногой от дорожки
В) наклоном головы
Г) наклоном туловища
7. Ошибкой при выходе бегуна с низкого старта является …
А) сильное выталкивание ногами
Б) разноименная работа рук
В) быстрое выпрямление туловища
Г) постепенное выпрямление туловища
8. Прямое положение туловища при беге приводит к …
А) узкой постановке ступней
Б) свободной работе рук
В) незаконченному толчку ногой
Г) свободному движению ног
9. Чрезмерный наклон туловища бегуна вперед приводит к …
А) сокращению длины бегового шага
Б) увеличению скорости бега
В) увеличению длины бегового шага
Г) выносу бедра вперед-вверх
10. Широкая постановка ступней при беге влияет на …
А) улучшение спортивного результата
Б) снижение скорости бега
В) увеличение длины бегового шага
Г) уменьшение длины бегового шага
11. Результат в прыжках в длину на 80 – 90 % зависит от …
А) максимальной скорости разбега и отталкивания
Б) способа прыжка
В) быстрого выноса маховой ноги
Г) точного попадания толчковой ноги на планку
12. Результат в прыжках в высоту на 70 – 80 % зависит от …
А) способа прыжка
Б) направления движения маховой ноги и вертикальной скорости прыгуна
В) координации движений прыгуна
Г) правильно подобранного разбега
13. Длина «зоны передачи» эстафетной палочки равна …
А) 10 м
Б) 20 м
В) 25 м
Г) 30 м
14. Специальная разминка бегуна перед соревнованиями включает в себя …
А) бег в медленном темпе в течении 10 – 15 минут
Б) упражнения с отягощениями
В) повторное пробегание коротких отрезков
Г) большое количество общеразвивающих упражнений

15. Повторное пробегание отрезков 20 – 50 м с максимальной скоростью применяется для развития …

А) выносливости
Б) быстроты
В) силы
Г) координации движений

16. Бегун, допустивший второй фальстарт в беге на 100 м наказывается …

А) снятием с соревнований
Б) предупреждением
В) постановкой на 1 м позади всех стартующих
Г) разрешение стартовать «вне конкурса»

17. Отсутствие разминки перед соревнованиями чаще всего приводит к …

А) экономии сил
Б) улучшению спортивного результата
В) травмам

18. Легкоатлету, перешедшему контрольную линию при метании мяча или гранаты …

А) разрешается дополнительный бросок
Б) попытка и результат засчитываются
В) попытка засчитывается, а результат – нет
Г) попытка и результат не засчитываются

19. Положение легкоатлета, обозначенное на рисунке, означает …

А) прыгуна в высоту перед отталкиванием
Б) прыгуна в длину перед отталкиванием
В) бегуна на дистанции
Г) бегуна при приеме эстафетной палочки

20. Неправильным при оказании первой медицинской помощи при растяжении мышц и связок голеностопа является …

А) наложение холода
Б) наложение тугой повязки
В) согревание поврежденного места
Г) обращение к врачу

21. Средствами технической подготовки легкоатлета являются …

А) общеподготовительные упражнения
Б) специально подготовительные упражнения
В) соревновательные упражнения
Г)общеподготовительные, специальноподготовительные и соревновательные упражнения

22. Основными специфическими средствами спортивной тренировки в легкой атлетике являются …

А) восстановительные средства
Б) физические упражнения
В) мобилизующие, коррегирующие и релаксирующие средства
Г) специальные питательные смеси

23. Периоды годичного цикла спортивной тренировки в легкой атлетике называются…

А) втягивающий, базовый, восстановительный
Б) подготовительный, соревновательный, переходный
В) тренировочный и соревновательный
Г) осенний, зимний, весенний, летний

24. Исходя из задач управления подготовкой легкоатлета, различают следующие виды контроля …

А) исходный, рубежный, итоговый
Б) предварительный, основной, заключительный
В) педагогический и медико-биологический
Г) оперативный, текущий, этапный

25. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направления специализации юного легкоатлета, называется …

А) спортивным отбором
Б) спортивной ориентацией
В) педагогическим тестированием
Г) диагностикой предрасположенности

26. Спортивный отбор в легкой атлетике осуществляется в …

А) два этапа
Б) три этапа
В) четыре этапа
Г) пять – семь этапов

27. Вид легкой атлетике, не входящий в женское семиборье:

А) бег 200 м
Б) бег 800 м
В) бег 400 м
Г) прыжки в высоту

28. Вид легкой атлетике не входящий в мужское десятиборье:

А) бег 100 м
Б) прыжки в длину
В) бег 200 м
Г) бег 1500 м

КЛЮЧИ К ЗАДАНИЯМ

№ задания	ключ
РАЗДЕЛ 1.	
1	Б
2	В
3	В
4	Б
5	А
6	Б
7	В
8	Г
9	А
10	Б
11	А
12	В
13	Б
14	В
15	Б
16	А
17	В

18	В
19	А
20	В
21	Б
22	Б
23	Б
24	Г
25	Б
26	В
27	В
28	В

Критерии оценивания

Критерий	Количество баллов
Количество правильных ответов 90-100% от общего количества тестовых заданий	50
Количество правильных ответов 80-89% от общего количества тестовых заданий	42
Количество правильных ответов 70-79% от общего количества тестовых заданий	36
Количество правильных ответов 60-69% от общего количества тестовых заданий	28
Количество правильных ответов 50-59% от общего количества тестовых заданий	20
Количество правильных ответов 40-49% от общего количества тестовых заданий	15
Количество правильных ответов 30-39% от общего количества тестовых заданий	10
Количество правильных ответов 20-29% от общего количества тестовых заданий	5

Критерии оценивания обучающихся по дисциплине

3 семестр

№ п/п	Вид деятельности	Максимальное количество баллов по дисциплине
1.	Посещение лабораторных занятий	**6**
2.	Реферат	**50**
3.	Тестовые задания	**50**
4.	Тестирование физической и технической подготовленности	**130**
5.	Творческое задание	
6.	Зачёт	**64**
ИТОГО:	3 зачетных единицы	**300**

4 семестр

№ п/п	Вид деятельности	Максимальное количество баллов по дисциплине
1.	Посещение лабораторных занятий	**6**
2.	Реферат	**50**
3.	Тестовые задания	**50**
4.	Тестирование физической и технической подготовленности	**130**
5.	Творческое задание	
6.	Экзамен	**64**
ИТОГО:	3 зачетных единицы	**300**

5 семестр

№ п/п	Вид деятельности	Максимальное количество баллов по дисциплине
1.	Посещение лабораторных занятий	**8**
2.	Реферат	**50**
3.	Тестовые задания	**50**
4.	Тестирование физической и технической подготовленности	**130**
5.	Творческое задание	**66**
6.	Экзамен	**96**
ИТОГО:	4 зачетных единицы	**400**